



Le clou de girofle agit contre les maux d'estomac et les troubles digestifs. Pour se faire, diluez une goutte d'huile essentielle de clou de girofle dans une tasse d'eau chaude et de miel.

Le clou de girofle fait partie des épices à avoir chez soi. Effectivement, il a de nombreux bienfaits pour la santé, découvrez-les.

Le clou de girofle est le bouton floral du giroflier, un arbre originaire de l'archipel des Moluques, dans le Sud-est Asiatique. Cette épice est un bouton récolté après la floraison de l'arbre, qui est utilisé pour ses propriétés et ses bienfaits : **anti-inflammatoires, antibactériens, analgésiques...** De la sorte, le clou de girofle permet de soigner les problèmes d'acné, les maux de dents, les allergies, les migraines, les infections urinaires...

Mais attention, les clous de girofle contiennent une substance active, qui peut être allergène : l'eugénol. Cette dernière peut être toxique à forte dose. C'est pourquoi, l'huile de clou de girofle doit être consommée avec précaution. De la même façon, le clou de girofle est déconseillé aux enfants de moins de 12 ans.